



Momente

Foto: Heidi Källner

Gedanken zum Jahresende ...

die vorweihnachtliche Adventszeit neigt sich dem Ende zu. Weihnachten und der Jahreswechsel stehen bevor. Lassen wir uns begeistern von der Faszination, die immer noch von diesem besonderen Fest, der Geburt Jesu, ausgeht. Krippen und Krippenspiele, Weihnachtsbaum, Weihnachtslieder und Plätzchen-backen dienen uns unverändert als festliches Fundament und es sind die Symbole für das Erleben von Weihnachten. Mutter Teresa hat uns ein passendes Zitat dafür hinterlassen:

„Am meisten schenkt, wer Freude schenkt“.

Es ist jetzt auch ein guter Zeitpunkt um Danke zu sagen an alle Menschen in unserem Leben: Familie, Freunde, Kollegen und Mitstreiter einer guten Sache mit denen wir das vergangene Jahr erlebt und gestaltet haben. Ich möchte ein besonderes Danke sagen an unsere Hospizbegleiter/innen, an unsere Koordinatorinnen und an meine Vorstandskollegen/innen für die harmonische, wertvolle und wegweisende Zusammenarbeit zum Wohle der Menschen, die im Mittelpunkt unseres Denkens und Handelns stehen.

2016 war wieder ein gutes Jahr auch im Zusammenwirken mit unseren Kooperationspartnern BRK-Pflegeheim, dem SAPV-Team, den Krankenhäusern und Alten-/Pflegeheimen im ganzen Landkreis. Es wächst zusammen, was zusammen gehört. Deshalb freue ich mich: Auf ein gutes Neues also! Viel Freude beim Lesen von „Momente 17“. Wer Anregungen für die Gestaltung und die Inhalte der zukünftigen Momente-Ausgaben hat, kann sie mir gerne mitteilen.

Hans Breithaupt



Eine Aufforderung, das Leben wert zu schätzen

Mit der Aktion „Bevor ich sterbe ...“ („Bevor I die ...“) hat der letzte Ausbildungskurs 2016 auf die Hospizarbeit im Landkreis aufmerksam gemacht. Vor der Brücke am Rieder Tor konnten Passanten auf Tafeln schreiben, welche Träume, Pläne und Bedürfnisse sie noch haben, wie sie ihr Leben gestalten wollen. „Bevor ich sterbe möchte ich ...“ Die KursteilnehmerInnen stellten sich den Fragen von Passanten, haben über die Hospizarbeit informiert und danach die Menschen aufgefordert und ermuntert einen „letzten Wunsch“ aufzuschreiben. Am 11. Nov. hat ein neues Seminar begonnen. Wir freuen uns auf 15 TeilnehmerInnen und begrüßen sie herzlich. Für ihre Ausbildung wünschen wir ihnen viel Freude und ein gutes Miteinander.

Margit Wiedenmann



Fotos: privat

Meine erste Begleitung

von Robert Woelker

Ganz unterschiedliche persönliche Motivationen führte eine Gruppe fremder Menschen zum Ausbildungskurs für Hospizbegleiter zusammen. Wir waren alle gespannt über praktische Dinge und Abläufe der Begleitung Sterbender zu erfahren und zu lernen. All das beinhaltet die sehr ausgewogene und abwechslungsreiche Ausbildung auch. Zudem kommen Themen wie: Palliativbetreuung, SAPV, Hospizversorgung, Pflegerische Handreichungen, Patientenverfügungen, Bestattung ...

Im Laufe des Kurses wurde uns jedoch die Tiefe und Bedeutung dieser Ausbildung erst richtig bewusst. Treffend schildert dies, die Begründerinnen der modernen Sterbeforschung, Elisabeth Kübler-Ross, „Wir haben unsere eigene Auffassung von Sterben und Tod gründlich zu überprüfen, bevor wir uns gelassen und ohne eigene Angst zum Patienten setzen können.“ So wurde aus den anfangs Fremden des Kurses, eine Gemeinschaft von Freunden mit innigem Zusammenhalt und gegenseitiger Hilfsbereitschaft.

Nach Abschluss des Kurses waren wir alle gespannt: wann geht es endlich los, jetzt will ich das auch anwenden, was kommt da auf mich zu, vergess ich nicht sehr viel vom Kurs, wie wird es laufen.

Unsere Entscheidung stand fest: Wir möchten die unheilbar erkrankten Menschen behutsam, respektvoll, offen, aufrichtig und warmherzig begleiten. Der Sterbende mit seinen Bedürfnissen und Befindlichkeiten im Hier und Jetzt steht dabei im absoluten Mittelpunkt. Da zu sein, Zeit zu haben, ruhig zu sein und zuhören zu können, Leid und Ohnmacht auszuhalten und sich ohne Angst der emotionalen Anforderung zu stellen. Und jeder Beginn einer neuen Begleitung ist ein feinfühliges, gegenseitiges Kennenlernen eines

Menschen in einer besonderen, oft als bedrohlich empfundenen Lebenssituation. Wichtig ist uns eine ganzheitliche Betreuung, die dem Bedürfnis der uns Anvertrauten nach Zuwendung, Akzeptanz und Geborgenheit nachkommt. All unser KÖNNEN und WISSEN aus der Ausbildung helfen nicht weiter, solange wir SCHMERZEN und BESCHWERDEN, ÄNGSTE, WÜNSCHE und BEDÜRFNISSE nicht erkennen - Wir müssen zuhören, zuhören und nochmals zuhören.

Der Sterbende selbst ist unser bester Lehrer und hilft uns, wenn wir es wollen und aufmerksam genug im Umgang mit diesen Menschen sind! So gestaltet sich jede Begleitung anders, wie auch jedes Schicksal ein anderes ist. Gerüstet mit den Kursinhalten und der neu gewonnenen inneren Einstellung reicht es tatsächlich aus, einfach nur da zu sein und sich auf sein Gegenüber einzulassen. In dem Bewusstsein, einen Menschen in seiner letzten Lebensphase wahrzunehmen und für ihn da zu sein, auch seinen Angehörigen Beistand geben zu können, ist jede Begleitung für uns als Begleiter auch eine persönliche Bereicherung.

So sind wir alle froh über unsere neue Aufgabe. Alte Bäume sind schön. Man will sie mit beiden Händen berühren und begreifen, wie man ungebrochen die Stürme des Lebens übersteht. Alte Möbel sind schön. Niemand verlangt von ihnen, so pflegeleicht wie moderne Möbel zu sein. Sie werden Antiquitäten genannt und sind auch den Jungen teuer. Alte Häuser sind schön. Sie werden wegen ihren Geschichten geliebt, die einem die knarrenden Dielen auf Schritt und Tritt erzählen. Und vor der sprichwörtlichen Schläue alter Füchse und Hasen haben sogar ihre Jäger Respekt. Nur alte Menschen werden heute eher bemitleidet als geachtet.

Übersicht der Begleitungen von 2012-2016

	November 2016	2015	2014	2013	2012
Durch Tod abgeschlossen	120	83	61	33	43
Durch andere Gründe abgeschlossen	15	10	5	7	6

Buchempfehlung: „Die fünf Dinge die Sterbende am meisten bereuen“



Die Australierin Bronnie Ware sammelte in einem einfühlsamen Buch selbstkritische Lebensbilanzen. Lebenszufriedenheit, resümiert die Autorin, hängt weniger von äußeren Umständen ab, als wir gewöhnlich denken: Wir müssen das Glück wollen und wählen.

Abschied von Pallidon

Das Palliativmedizinische Netzwerk Donau-Ries e.V., für uns besser bekannt als Pallidon, hat sich in seiner Mitgliederversammlung im Juli 2016 auf Antrag des Pallidon-Vorstandes mit großer Mehrheit aufgelöst. Bereits im Frühjahr 2016 ist Pallidon als Gesellschafter aus der Pallicare Nordschwaben gGmbH (SAPV-Gesellschaft) ausgetreten. Diese Entwicklungen sind bedauerlich, aber aus Sicht der Verantwortlichen von Pallidon nachvollziehbar. Den Gründungsmitgliedern und Vorständen von Pallidon sagen wir ein großes Danke für die geleistete Arbeit im palliativen Umfeld unseres Landkreises und als Gesellschafter der SAPV. Unsere Kooperation mit der SAPV hat sich seit Beginn zu einer konstruktiven und erfolgreichen Zusammenarbeit entwickelt. Dies wollen wir gemeinsam fortsetzen. Im nachfolgenden Bild stellt sich das SAPV-Team vor.



Foto: privat

Projekt „Hospiz und Schule“

wird auf die weiterführenden Schulen ausgeweitet. Das zweite Projekt an den diesen Schulen hat die Bezeichnung „Hospiz macht Schule – weiter“ und wird von Christa Lechner geführt. Die entsprechende Weiterbildung beginnt im Februar 2017. Wir wünschen für die Zusammenarbeit mit den Schulen viel Freude und guten Erfolg.



Fotos: privat

Fortbildung mit Humorthérapeut

Unsere Hospizbegleiter erlebten am 24. September einen Fortbildungstag mit Humorthérapeut Markus Proske. Markus Proske ist als Humorthérapeut in Pflegeeinrichtungen im Einsatz und beschäftigt sich hier vor allem auch mit Demenzen. Aber: wie kommt er und wie kommen wir in unseren Begleitungen an Menschen heran, die - aus welchen Gründen auch immer - sprachlich nicht erreichbar sind? Wobei hier schon die erste Überraschung kommt: die reine Sprache macht nur 6-10 % unserer Kommunikation aus! Der Rest: die nonverbale Kommunikation, Körpersprache, die Art, ein Zimmer zu betreten, Blickkontakt, Mimik ... viele Übungen hierzu machten uns das sehr deutlich. Grundvoraussetzung: die vier M. Man muss Menschen mögen! Und auch wichtig: Demenz brauchen Bernhardiner, keine Pinscher! Also: geduldig sein, Zeit lassen, auf Antworten warten. Aber auch Ausflüge in die Medizin und Forschung waren nützlich, so der Hinweis und die Erklärung der Spiegelneuronen, die in dem Umgang von Menschen miteinander eine so große Rolle spielen und uns in die Lage versetzen, emphatisch mit anderen mitzufühlen.

Übrigens: diese Fortbildungstage für unsere Ehrenamtlichen werden wir auch im kommenden Jahr wieder anbieten, Termin und Themen folgen!

Sibylle Burkhardt



**Wir beschließen unsere Serie der
Vorstellung der Leitsätze des Deutschen
Hospiz- und Palliativverbandes**

Leitsatz 7: Zur Sterbebegleitung gehört im notwendigen Umfang auch die Trauerbegleitung



Personalien

Unsere Koordinatorin Elfriede Ganzenmüller hat am 8. November ihre Tätigkeit mit 10 Wochenstunden wieder aufgenommen. Ihre Tätigkeitsfelder sind die Betreuung Altenheim Harburg, Betreuung der Ehrenamtlichen und Vertretung der Koordinatorinnen-Kollegen. Liebe Elfriede, wir freuen uns, dass Du wieder bei uns bist.



Elfriede
Ganzenmüller

Veranstaltungen

Januar 2017

27. Januar 2017, 19:00 Uhr
Nördlingen Schranrensaal

28. Januar 2017, 19:00 Uhr
Donauwörth Zeughaus

Theater und Chansons mit Petra Afonin aus Tübingen mit ihrem neuen Programm „Es ist nie genug, sterben, begleiten, zurückbleiben“



„Es ist nie genug“ könnte auch heißen: Komme ich selbst noch vor? Der viel zitierte „Burnout“ ist bei pflegenden Angehörigen keine Seltenheit. Begleitung hat meist keine Lobby und Begleitende verfügen über wenig Freiraum für sich selbst.

Wir Theatermenschen geben keine Antworten auf existentielle Fragen, wir versuchen jedoch mutig, diese Fragen zu stellen. An einem Theaterabend treffen sich Menschen live in einem Raum, um sich von einem Thema berühren zu lassen. Hier wird sogar unsere Endlichkeit zu einem gemeinsamen Lebensgefühl. Ich empfinde im Theatersaal oft eine Art stärkenden Rückenwind.

”

”

Impressum:

Ausgabe 17/2016, Redaktion Hans Breithaupt, Sibylle Burkhardt, Margit Wiedenmann
Hospizgruppe-Donau-Ries e.V., Jennisgasse 7, 86609 Donauwörth
Telefon 0906-7001641, www.hospizgruppe-donau-ries.de,
Email: kontakt@hospizgruppe-donau-ries.de

Spenden-Konten:

Raiffeisen-Volksbank Donauwörth, IBAN DE59 7229 0100 0003 0404 02
Sparkasse Donauwörth, IBAN DE76 7225 0160 0020 0041 23

Liebe Mitglieder unserer Hospizgruppe, liebe interessierte Leserinnen und Leser,

Jahresende – Zeit, innezuhalten und all das Alte loszulassen und dem neuen Jahr mit Hoffnung und Freude entgegen zu treten. Ich wünsche Ihnen dazu im Namen des Vorstandes: Zeit zum Genießen, Sinn für die Liebe zum Detail, Freude an der Bewegung, Offenheit für neue Begegnungen, Vertrauen in die Zukunft und Talent für das tägliche Glück.

Fröhliche Feiertage und einen guten Start in das neue Jahr!

Hans Breithaupt

